

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Prevalensi diabetes mellitus terus meningkat, hal ini berkaitan dengan meningkatnya status sosial, yang diikuti perubahan pola hidup menjadi kurang sehat, seperti kurangnya latihan fisik (olah raga) dan pola makan tidak sehat, sehingga terjadi obesitas dan faktor genetik yang menyebabkan resistensi insulin berlanjut menjadi Diabetes Mellitus (Darmono, 2006). Supaya kadar gula darah dapat selalu terkendali, diabetesi perlu mengupayakan gaya hidup sehat yakni dengan mengatur cara makan supaya makan tidak berlebihan serta meningkatkan aktivitas fisik sehingga tubuh tetap sehat dan terhindar dari komplikasi yang mungkin terjadi (Suyono dan Erawati dalam Indriyani, 2007).

Dari data laporan Simpustronik Puskesmas Ngrambe, sejak tahun 2008 hingga tahun 2012, penyakit diabetes mellitus menempati jenis penyakit peringkat 5 dengan kunjungan terbanyak disetiap tahunnya. Mendasar hal tersebut melalui koordinator programer kesehatan keluarga Puskesmas Ngrambe, dibentuklah perkumpulan penderita Diabetes Mellitus di lingkungan wilayah kerja Puskesmas Ngrambe, yang diberi nama “Komunitas Diabetesi Sehat (KDS) Puskesmas Ngrambe”. Dalam kegiatannya diagendakan pemeriksaan fisik, pemeriksaan gula darah seawaktu (GDS), penyuluhan dan latihan fisik (senam DM seri 5) bersama

yang diikuti oleh seluruh anggota komunitas diabetesi sehat. Senam yang dilakukan secara berkelompok akan memberi rasa senang pada anggota dan juga dapat memotivasi anggota yang lain untuk terus melakukan olahraga secara kontinyu dan teratur (Soegondo dalam Indriyani, 2007).

Dalam setiap pemeriksaan anggota komunitas diabetesi, selalu melibatkan tim medis dan paramedis sebagai tenaga kesehatan yang memeriksa dan mengevaluasi perkembangan status kesehatan anggota. Meski terdapat keterlibatan langsung petugas kesehatan, tidak menumbuhkan semangat dan motivasi yang besar bagi anggota untuk aktif berkunjung dan mengikuti senam seperti yang dijadwalkan. Pada studi pendahuluan peneliti melalui data rekam medis dan catatan absensi pada bulan Oktober – Desember 2012, serta observasi langsung pada tanggal 6 Februari 2012, hanya sekitar 30% anggota yang aktif melakukan senam DM secara rutin.

Mengingat pentingnya penderita Diabetes Mellitus dalam menjalankan senam DM secara rutin, maka perlu diketahui tentang tingkat keaktifan penderita, faktor-faktor yang mempengaruhi keaktifan dan strategi untuk meningkatkan keaktifan penderita dalam melakukan senam DM. Sehubungan dengan hal tersebut maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tentang faktor-faktor yang mempengaruhi keaktifan melakukan senam DM pada anggota komunitas diabetesi sehat Puskesmas Ngrambe.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan tersebut maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “ Faktor-faktor apakah yang mempengaruhi keaktifan anggota komunitas diabetesi sehat Puskesmas Ngrambe dalam melakukan senam DM?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi keaktifan melakukan senam DM pada anggota komunitas diabetesi sehat Puskesmas Ngrambe.

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus pada penelitian ini adalah untuk mengetahui:

- a. Gambaran tingkat pendidikan anggota komunitas diabetesi sehat dalam melakukan senam DM di Puskesmas Ngrambe.
- b. Gambaran lama anggota komunitas diabetesi sehat dalam mengikuti senam DM di Puskesmas Ngrambe.
- c. Gambaran letak geografis (jarak rumah) anggota komunitas diabetesi sehat dalam mengikuti senam DM di Puskesmas Ngrambe.
- d. Gambaran sikap anggota komunitas diabetesi sehat dalam mengikuti senam DM di Puskesmas Ngrambe.

- e. Gambaran dukungan keluarga anggota komunitas diabetesi sehat dalam melakukan senam DM di Puskesmas Ngrambe.
- f. Gambaran keaktifan anggota komunitas diabetesi sehat dalam melakukan senam DM di Puskesmas Ngrambe.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan mampu sebagai masukan pengembangan ilmu pengetahuan terutama keperawatan dalam penatalaksanaan DM tipe 2 non farmakologi melalui latihan fisik.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi:

a. Institusi Pelayanan Kesehatan (Puskesmas Ngrambe)

Sebagai sumber informasi mengenai data komunitas diabetesi sehat Puskesmas Ngrambe.

b. Institusi Pendidikan (Universitas Muhammadiyah Surakarta)

Dapat digunakan sebagai informasi bagi institusi pendidikan dalam pengembangan dan peningkatan mutu pendidikan di masa yang akan datang.

c. Sejawat dan Peneliti

Menambah kasanah ilmu dan mampu memberikan informasi yang tepat tentang cara mengontrol kadar gula darah yang alami kepada penderita DM pada umumnya dan kepada sejawat pada khususnya.

d. Klien Diabetes Mellitus

Memberikan wawasan dan informasi yang di gunakan dalam upaya membantu mengontrol kadar gula darah pada penderita Diabetes Mellitus.

E. KEASLIAN PENELITIAN

Penelitian yang pernah di lakukan dan berkaitan dengan penelitian ini adalah:

1. Penelitian Ramadhan (2011), tentang tingkat pengetahuan dengan motivasi melakukan latihan jasmani klien diabetes mellitus. Penelitian ini termasuk jenis penelitian deskriptif korelatif dengan metode pendekatan *cross sectional*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan motivasi melakukan latihan jasmani. Perbedaannya, penelitian ini menggunakan total sampling. Segi jumlah dan jenis variabel juga berbeda.
2. Penelitian Eko (2009), tentang aktivitas fisik dan istirahat dengan kadar gula darah. Desain penelitian adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan waktu *cross sectional*, menggunakan teknik *purposive sampling*. Perbedaannya yaitu dari penentuan teknik sampling, penelitian ini menggunakan *total sampling*.
3. Penelitian Subari (2008), tentang dukungan keluarga dan keaktifan penderita diabetes mellitus mengikuti senam. Penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif, non eksperimental menggunakan metode

deskriptif korelational dengan pendekatan *Cross Sectional*. Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan keaktifan penderita Diabetes Mellitus dalam mengikuti senam. Perbedaannya, dari segi subjeknya adalah penderita Diabetes Mellitus tipe 2 yang bergabung pada Kelompok Diabetes Sehat Puskesmas Ngrambe.

4. Penelitian Indriyani, dkk. (2007), tentang pengaruh latihan fisik terhadap penurunan gula darah pada penderita DM tipe 2. Penelitian ini merupakan jenis penelitian pra eksperimental tanpa kelompok kontrol dengan perlakuan *pre and post test*. Perbedaannya yaitu penelitian ini menggunakan jenis deskriptif korelatif dengan pendekatan *cross sectional*.
5. Penelitian Fitriani (2005), tentang motivasi penderita DM tipe 2 dalam mengikuti olahraga. Pada penelitian ini menggunakan metode survei, jenis penelitiannya deskriptif eksploratif. Hasil penelitian ini hanya sebatas untuk mengetahui faktor instrinsik dan ekstrinsik yang memotivasi responden untuk melakukan olahraga. Perbedaannya dengan penelitian ini, yaitu respondennya yang berasal dari komunitas diabetesi sehat Puskesmas Ngrambe, serta jumlah dan jenis variabel yang berbeda.